

フォーユーの調味料で作る絶品 おせち料理

フォーユーのたまりしょうゆ



フォーユーの酢



フォーユーのだし



くろざとう



マザーシロップ



マザーシュガー

※お使いになる砂糖は、くろざとうorシロップorシュガー…お好みでご使用ください！

黒豆煮



簡単！失敗しない黒豆煮

【材料】
- 丹波の黒豆：150g
- 黒砂糖：100g
- たまり醤油：大匙1.5杯
- 酒：大匙1.5杯
- 重曹：小匙半分
- 水：900ml
- 錆びた釘（5本をキッチンペーパーやガーゼに包む）または南部鉄器で作られた鉄卵等

作り方

1. 煮汁の準備：鍋に水と調味料（黒砂糖、醤油、酒、重曹）を全て入れて沸騰させます。
2. 浸す：煮立ったら火を止めます。
黒豆は水洗いせず（※乾燥剤が入っている場合は必ず取り除く）、そのまま煮汁に入れ12時間程浸します。
鉄の釘や南部鉄器を入れる場合はこのタイミングで加えます。
3. アク取り・煮込み：黒豆がふっくらとしたら、鍋を中火にかけてアクをこまめにすくいます。クッキングシートなどで落とし蓋をし、さらに鍋の蓋をして弱火で3時間ほど煮ます。
4. 水分調整：途中で鍋のお湯が減ってきたら差し水（100cc程）をして常に豆が煮汁から顔を出さないように調整します。
5. 味を含ませる：指で軽く潰せるくらいの柔らかさになるまで煮込んだら火を止めます。
そのまま一晩（一昼夜）置いて味を染み込ませます。
⚠釘や南部鉄器は、火を止めたタイミングで取り出します。

【重曹を入れた方が良い理由】
- やわらかくする。・煮る時間を短縮できます。
- アクを効率よく引き出し、すっきりした味になる

酢蓮根



【材料】
- れんこん：1節（約200g）
- 酢（アク抜き用）：大さじ1

【合わせ酢（漬けダレ）の材料】
- 酢：100ml　※人参のお花型(厚さ3mmを数枚)
- 水：100ml　は無しでもOK！
- 出汁：小さじ1/2
- 塩：小さじ1/3
- 赤唐辛子：1本(小口切り)
- マザーシロップ：大さじ1
- 蜂蜜(お好みで甘さ調整)

作り方

1. 蓮根を切り、お好みで花形にカットして水につける※蓮根の皮をむき、5mm位の厚さの輪切りにする。
(水を約500ml入れたボールに酢を大匙1入れ、切った蓮根を5分間つけておきます)
💡蓮根が黒くなるのを防ぎ、シャキシャキになる。
2. 蓮根を茹でる(人参を入れる時は一緒に茹でます)
蓮根を2分～3分ほど茹で、ザルにあげます。
⚠茹でた後は水にさらさないでください。水っぽくなって味が薄まってしまいます。
3. タレ（合わせ酢）を作って蓮根を漬ける。
【合わせ酢の材料】（酢・水・出汁・塩・マザーシロップ・赤唐辛子）をすべて入れ弱火にかけ溶かし、沸騰する前に火を止めます。
💡熱いうちに蓮根を投入する。
💡蜂蜜を足す理由：シロップだけで甘みをつけると色が黒く仕上がりますが透明感のある蜂蜜をブレンドすることで艶がでて綺麗に仕上がります。

田作り



【材料】
- たつくり：30g
- 黒砂糖：大さじ1
- 醤油：小さじ1
- 本みりん：小さじ1
- 日本酒：小さじ1
- オイル：大さじ1(調理法はお好みで)
- マカデミアナッツ：
(お好みのナッツでOK)：30g
- いりごま：小さじ1



マザーオイル

作り方

1. たつくりとナッツを炒めます(又は乾煎り)
弱火でじっくりと香ばしくなるまで焦がさないように炒めます。途中でナッツも一緒に入れます。
⚠内臓を取ると、苦味やえぐみがやわらぎ、すっきりした味に。(※腹側の内臓だけをつまんで、そっと取り除きます)
💡苦味が好きなら、取らずにそのままでもOK！
💡2分ごとにタイマーをかけてひっくり返し、それを5回程繰り返すと焦がすことなく上手に仕上がります。
⚠たつくりはポキッと折れるくらいに火を通す。
2. タレを作る
鍋にマザーシロップ、醤油、本みりん、日本酒をすべて入れ、全体にとろみがついて泡立つまで加熱します。
3. タレを絡める
タレの中に、たつくりとナッツを投入し、素早く絡め合わせます。仕上げにいりごまを加えます。
4. 冷ます
クッキングシートなどを敷いた上に広げ、重ならないようにしてしっかりと冷まします。
💡完全に冷めるとカリッとした食感になります。
※オイルを使わずに乾煎りしてもOKです！